höhenfieber

Aufbaukurs Mehrseillängenklettern Dolomiten

Alpine Kletter-Touren rund um das Sellajoch

Das Klettern im eindrucksvollen Felsenreich der Dolomiten ist für jeden Kletterer ein absolutes Highlight! Über sanfte Wiesenmatten ragen die Türme der Sellagruppe, des Langkofels und der Marmolata als „Könige der Dolomiten“ auf. Als eine der schönsten Berglandschaften der Welt wurden die Dolomiten in das UNESCO-Welterbe aufgenommen. Die Kletterei ist oft steil und ausgesetzt, aber griffig. Wir haben für euch moderne, schöne und gut gesicherte Routen ausgewählt. Der Sellapass ist ein zentraler Ausganspunkt.

Kursinhalt Wiederholung der Grundlagen, Standplätze und Seilmanöver in Mehrseillängen, Abseilen, Einsatz von mobilen Sicherungsmitteln, Rückzug aus Route, Notsituationen, Anwendung der Kursinhalte auf Tour unter Aufsicht des Bergführers.

Kursziel Wir lernen, selbstständig Mehrseillängenrouten in Zweierseilschaft zu klettern und den Zu- und Abstieg mit oder ohne Abseilen zu planen und umzusetzen.

1. Tag Anreise zum Sellajoch und Treffpunkt in der Unterkunft. **2.-6. Tag** Wir starten den Kurs mit einem Ausbildungstag im Klettergarten in der „Steinernen Stadt“. Die folgenden Tage klettern wir an den imposanten Wänden und Türmen rund um Sellapass, Pordoijoch und Grödnerjoch. Eine Vielzahl an Routen steht uns zur Verfügung. **7. Tag** Rückreise nach dem Frühstück.

Anforderungen

Schwierigkeit: Halle: 5a, Fels: 5a, Vorstieg: ja, MSL: ja

Leistungen inbegriffen

- 6 Nächte im 2-Bettzimmer mit DU/WC
- 6x Halbpension
- Tourentee
- 10% Einkaufsgutschein bei TRANSA

Leistungen nicht inbegriffen

- Anreise zum Treffpunkt und Heimreise
- nicht erwähnte Mahlzeiten und Getränke
- Kosten für allfällige Transfers
- zusätzliche Leistungen in der Unterkunft
- Annullationskostenversicherung

Detailprogramm

Vorgesehener Tourenablauf

1. Tag

Selbstständige Anreise zum Sellajoch. Entweder mit dem ÖV oder in Fahrgemeinschaften. Treffpunkt vor dem Abendessen in der Unterkunft.

2.-6. Tag

Wir starten den Kurs mit einem Ausbildungstag im Klettergarten in der „Steinernen Stadt“. Die folgenden Tage klettern wir an den imposanten Wänden und Türmen rund um Sellapass, Pordoijoch und Grödnerjoch. Eine Vielzahl an Routen steht uns zur Verfügung. 1. Sellatrum, „Freccia plus“, 4a, Langkofelscharte „Julia“ 4a/b, „Amerigo“ 4b/c, „Cobra“ 4b; Pordoijoch: Belvederespitze (Sas Becè) „Ostpfeiler“ 4a; Grödnerjoch: II. Piz Cuecena „Jèuna eguia“ (junger Adler) 4a

7. Tag

Nach dem Frühstück treten wir die Heimreise an.

Mehrseillängen-Routen

Die Touren sind im „modernen Dolomiten Stil“ abgesichert. Die meisten Standplätze sind mit einem einzementierten Ring, Bohrhaken oder Sanduhr ausgerüstet. Als Zwischensicherungen finden wir vielfach gebohrte Sanduhren und nur wenige Normalhaken vor. Die Abstände zwischen den Haken sind der Routenschwierigkeit angepasst. Während die schweren Stellen gut gesichert sind, finden wir in den leichteren Abschnitten weniger Haken vor. Zusätzliche Sicherungen sind mit Zackenschlingen, Klemmkeilen und Friends manchmal möglich.

In den Abstiegen wechseln sich Abkletterstellen im I. und II. Schwierigkeitsgrad mit Abseilstellen ab.

Die Einstiege sind in 45 Minuten Fussmarsch erreichbar.

Unterkunft

Wir logieren im Rifugio Carlo Valentini auf 2218m Höhe in ruhiger Lage und übernachten in komfortablen Doppelzimmern mit Panoramablick. Durch die Nähe zum Sellapass sind die meisten Einstiege zu Fuss oder mit Hilfe der Bahn erreichbar. Weitere Infos unter www.rifugiocarlovalentini.com.

Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet dich um 16:40 Uhr in der Unterkunft am Sellapass. Fahrplanwechsel vorbehalten.

Anreise/Bahnbillet

Von deinem Wohnort zum Sellapass und zurück.

Die Reise funktioniert prima mit dem ÖV. Es gibt eine Direktverbindung mit dem Zug von Zürich nach Innsbruck. Von hier mit der S-Bahn zum Brenner und mit der Regionalbahn weiter nach Ponte Gardena/Waidbruck. Mit den Bussen 350 und 471 zum Sellajoch, Haltestelle Schutzhaus Sellajoch. Mit dem Zug um 8.30 Uhr ab Zürich erreicht man nach bequemer Reise um 16.30 Uhr den Sellapass. Das Ticket kann am Schalter der SBB bis Ponte Gardena/Waidbruck gelöst werden. Das Billett für den Bus zum Sellapass ist beim Fahrer erhältlich. Infos zu den Verbindungen nach Innsbruck über sbb.ch und ab Innsbruck über suedtirolmobil.info.

Bei der Rückreise um 9.30 Uhr ab dem Sellapass ist man um ca. 15.30 Uhr in Zürich.

Autofahrer können bei der Unterkunft parken. Bitte teile uns vorgängig mit, falls du planst mit dem Auto anzureisen und wie viele Personen du bei kurzen Transfers vor Ort mitnehmen kannst.

Zusatzkosten

Getränke tagsüber und am Abend und Zwischenverpflegung sind im Kurspreis nicht inbegriffen. Für Bergbahnen und Bustransfers fallen zusätzliche Transportkosten von ca. 60.- Euro an.

Verschiedenes

Während den Klettertagen verpflegen wir uns aus dem Rucksack. Während der Woche können wir gemeinsam nach Wolkenstein fahren, um den Proviant aufzufüllen.

Durchführung

Wir informieren dich wie folgt über die Durchführung: bei Wochenendtouren 1 Tag vor Tourenbeginn (ab 11 Uhr) und bei Mehrtagestouren 2 Tage vor Tourenbeginn (ab 17 Uhr). Wir senden dir dazu zum angegebenen Zeitpunkt einen Direktlink an deine Mailadresse. Für registrierte Benutzer sind die Last Infos zudem im Memberbereich www.hoehenfieber.ch/Member unter 'Bevorstehende Touren' verfügbar.

Ausrüstung

Bekleidung

- Soft Shell oder Fleecejacke
- Ersatzunterwäsche
- Kletterhose, T-Shirt und Pulli
- Leichte Regenjacke, ev. Regenhose

Diverses

- evtl. Rucksack mit Hüftgurt (20-30l) zum Klettern
- Sonnenbrille
- Sonnen- und Lippencrème, Sonnenhut
- Trinkflasche
- LED Stirnlampe
- Heftpflaster und Compeed
- SAC/DAV-Ausweis, wenn vorhanden
- Identitätskarte/Personalausweis
- Bargeld in Euro
- Ev. Fotoapparat
- Etwas Bargeld für Getränke
- Taschenmesser
- Leichter Zustiegsschuh obligatorisch (keine Bergschuhe. Diese passen beim Klettern nicht in den Rucksack.)
- Rucksack (30-40l)

Technische Ausrüstung

- Kletterschuhe (eng aber bequem)
- Klettergurt mit 2 HMS Karabinern
- Kletterset (1 HMS Karabiner, Sicherungs- Abseilgerät, 1 Set à 6 Expressen, Bandschlingen 60cm, Standschlinge, Prusikschlinge, Magnesiumbeutel)
- Helm
- Klemmkeile und Friends, falls vorhanden
- weiteres Klettermaterial wenn vorhanden
- Falls vorhanden: 1-2 weitere HMS-Karabiner

Verpflegung

- Zwischenverpflegung: Diese wird zwischen Frühstück und Abendessen gegessen. Gut geeignet sind Dörrobst, Schokolade, Nüsse, Käse, Vollkornbrot und Energieriegel. Damit der Rucksack nicht zu schwer wird, sollte nicht zu viel Essen mitgenommen werden. Auf den meisten Hütten kann zusätzliche Zwischenverpflegung gekauft werden.
- Halbpension: Bei dieser Tour ist Halbpension (Abendessen/Frühstück) inklusive.
- Tourentee: Der Tourentee wird von der Unterkunft jeweils am Morgen bereitgestellt und ist im Preis inbegriffen.

Übernachtung in Hütte/n

- Innenschlafsack aus Seide oder Baumwolle (aus Hygienegründen)
- Toilettenartikel
- Ohrenpfropfen

Kontakt

Hast du noch Fragen? Wir beraten dich gerne!

Telefon: +41 32 361 18 18
E-Mail: info@hoehenfieber.ch
Homepage: https://www.hoehenfieber.ch/

Büro-Öffnungszeiten

Montag bis Freitag
09:00–12:00 Uhr
13:30–17:00 Uhr

Programm- und Preisänderungen vorbehalten.
Allgemeine Geschäftsbedingungen: https://www.hoehenfieber.ch/AGB
Druckdatum: 09.05.2024 10:08:34